ДЛЯ ЛИЦА

1/ Солнцезащитный бальзам для губ Bronzeada, SPF 30, Librederm, 226 руб. 2/ Солнцезащитный стик Sun Soul, SPF 50+, Comfort Zone, 2250 руб. 3/ Солнцезащитный тонирующий крем Soin Solaire Teinte, SPF 30, Sisley, 10 300 руб. 4/ Солнцезащитный крем Caviar Gold, SPF 20, Natura Siberica, 1400 руб. 5/ Солнцезащитный крем Soleil Bronzer, SPF 50, Lancôme, 2400 руб. 6/ Солнцезащитный крем, Nuxe Sun, SPF 30, Nuxe, 1550 руб. 7/ Солнцезащитный крем Dior Bronze, SPF 50, Dior, 2165 руб. 8/ Солнцезащитный тонирующий крем Protective Sun Defense, SPF 20, L.Raphael, 13 000 руб.

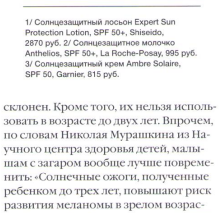
СПАСТИ КОЖУ ОТ ОЖОГОВ СМОГУТ СРЕДСТВА С ЗАЩИТОЙ ОТ UVA- И UVB-ЛУЧЕЙ

проникнуть глубоко. Людям со светлой кожей специалисты советуют использовать средства на гелевой основе, а после 50 лет добавлять к стандартному уходу сыворотки, содержащие витамин А, койсвую кислоту, витамин С и арбутин. Ну и конечно, важно правильно одеваться на пляж. «Одна только широкополая шляпа дает защиту в 5 SPF», – добавляет Елена Пастернак.

К БАРЬЕРУ

Фильтры могут быть физическими и химическими. Первые (оксид цинка и диоксид титана) работают как барьер: они повышают естественную защиту эпидермиса и уменьшают восприимчивость к ультрафиолету. «Эти средства хороши для чувствительной, жирной и склонной к акне кожи», – замечает Лариса Сафронова. Минус физических компонентов в том, что они действуют только на поверхности, не проникая глубже рогового слоя. Химические фильтры «держат оборону» изнутри, поглощая ультрафиолет, но могут вызывать аллергию, если человек к ней

ДЛЯ ДЕТЕЙ



1/ Солнцезащитный лосьон Expert Sun Protection Lotion, SPF 50+, Shiseido, 2870 руб. 2/ Солнцезащитное молочко Anthelios, SPF 50+, La Roche-Posay, 995 руб. 3/ Солнцезащитный крем Ambre Solaire, SPF 50, Garnier, 815 руб.

склонен. Кроме того, их нельзя использовать в возрасте до двух лет. Впрочем, по словам Николая Мурашкина из Научного центра здоровья детей, малышам с загаром вообще лучше повременить: «Солнечные ожоги, полученные ребенком до трех лет, повышают риск развития меланомы в зрелом возрасте в 40 раз!» Наиболее продвинутые на сегодня – нуклеиновые фильтры. «Они отвлекают свободные радикалы, которые окисляют живую клетку», – говорит Алина Ахмадулина из Клинического института эстетической медицины. Помимо солнцезащитного крема, с собой на море стоит захватить средство с увлажняющим эффектом. А вот активаторами загара специалисты рекомендуют не увлекаться. «Искусственный выброс меланина вреден, так как усиливает вероятность пигментации», – утверждает Лариса Сафронова. И *Grazia* с ней полностью согласна: загар должен быть прежде всего безопасным.

Текст: Катерина Фадеева

ПОСЛЕ СОЛНЦА

1/ Масло Tan Maximizer, Lancaster, 2265 руб. 2/ Масло Divine Oil, Caudalie, 2800 руб. 3/ Бальзам The After Sun Enhancer, La Mer, 7000 руб. 4/ Бальзам After Sun Moisturizer, Clarins, 2050 руб.

ДЛЯ ТЕЛА

1/ Солнцезащитный крем Soleil Plaisir, SPF 30, Darphin, 2165 руб. 2/ Солнцезащитный спрей Idéal Soleil Bronze, SPF 50, Vichy, 1347 руб. 3/ Солнцезащитное молочко Lait Fluide Vitaminé, SPF 50+, Soleil Noir, 5500 руб. 4/ Солнцезащитный спрей Clear Body Spray, SPF 50+, Ultraceuticals, 6200 руб.